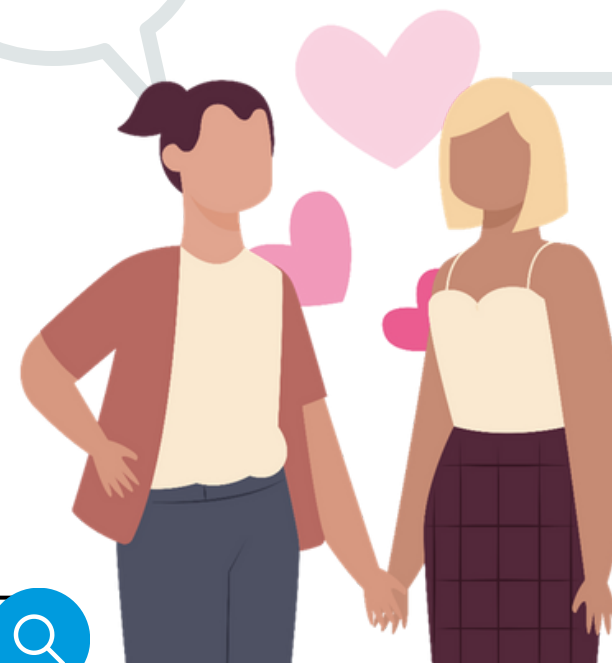


INFECTIONS SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES

Que dois-je faire si moi ou mon/ma partenaire avons une IST ?

MOTS CLÉS

infections sexuellement transmissibles | sexe sûr | soins de santé | communication



Découvrir que toi ou ton/ta partenaire avez une IST peut être difficile, mais ce n'est pas la fin du monde : cela ne doit pas être une raison pour mettre fin à votre relation. Voici quelques conseils sur les démarches à entreprendre si cela t'arrive :

- **Fais-toi tester et cherche un traitement**

Avant de discuter de la possibilité des IST avec ton/ta partenaire, il est important que tu te fasses tester pour voir si tu as réellement contracté une IST. Beaucoup de couples choisissent de se faire tester ensemble avant de commencer une relation sexuelle, et c'est une excellente idée. S'il s'avère que toi ou ton/ta partenaire avez une IST, consultez vos médecins pour des traitements spécifiques, comme prendre des antibiotiques.



• Parle à ton/ta partenaire

Si tu as été récemment testé(e) et a découvert que tu as une IST, tu devrais clairement communiquer cela à ton/ta partenaire actuel(le). De plus, il est important d'informer tout partenaire sexuel récent de ton diagnostic, afin qu'il puisse également se faire tester et traiter, ce qui à son tour peut arrêter la propagation de l'infection. Cela peut être difficile, mais il est important de prendre ton courage à deux mains et de ne pas avoir peur, car c'est la meilleure option pour ta sécurité et celle de ton/ta partenaire. **Voici quelques conseils sur la manière d'aborder le sujet :**

- Commence par choisir un moment et un lieu où vous vous sentez tous les deux à l'aise et pouvez parler ouvertement.
- Sois honnête et direct(e) à propos de ton diagnostic et de ton traitement.
- Fournis-lui des informations factuelles sur l'IST, notamment comment elle se transmet et comment elle peut être traitée ou gérée.
- Encourage ton partenaire à se faire tester et à demander un avis médical si nécessaire.



- **Interromps ton activité sexuelle**

Évite les relations sexuelles jusqu'à ce que toi et ton/ta partenaire ayez terminé le traitement et obtenu le feu vert de votre médecin pour recommencer à avoir des relations sexuelles. Après ton traitement (comme terminer une boîte d'antibiotiques), planifie des tests de suivi pour t'assurer que l'infection est définitivement éliminée.

- **Aie des rapports sexuels plus sûrs**

Si tu as des relations sexuelles après le traitement, utilise toujours des préservatifs. Ils réduisent le risque de réinfection ou de transmission d'une IST à ton/ta partenaire. À l'avenir, priorise les pratiques de sexe sûr, ce qui signifie l'utilisation constante de préservatifs et des tests réguliers pour les IST.

Voilà quelques conseils sur la manière de gérer un diagnostic d'IST, que ce soit le tien ou celui de ton/ta partenaire. N'oublie pas que les IST ne **définissent ni une personne ni une relation**, mais apprendre à les aborder et les gérer peut renforcer le lien entre les partenaires.



**INFECTIONS SEXUELLEMENT
TRANSMISSIBLES**

